



## AMAMANTAR ES LO MEJOR

### Amamantar Es Bueno Para Las Mamás

- ♥ Dar pecho es algo especial que solo usted le puede dar a su bebé.
- ♥ La ayuda a tener un vínculo entre usted y su bebé y su familia.
- ♥ Dar pecho es un momento para que usted se relaje y disfrute a su bebé.
- ♥ Es más barato y fácil que alimentar con el biberón.
- ♥ Dar pecho le podría ayudar a bajar el peso que aumentó durante el embarazo.

### Amamantar Es Lo Mejor Para Su Bebé

- ♥ La leche materna es el alimento perfecto para su bebé, siempre tibia y lista para comer.
- ♥ La leche materna es fácil de digerir para su bebé.
- ♥ La leche materna protege a su bebé contra las infecciones y alergias alimenticias.
- ♥ Su bebé erupla menos leche y tiene menos diarrea y estreñimiento.
- ♥ Su bebé ama amamantar y le consuela a él/ella.

### La Mayoría De Las Mamás Pueden Dar Pecho, Incluyendo Aquellas:

- ♥ De todas las edades
- ♥ Con pechos pequeños
- ♥ Con embarazos múltiples
- ♥ Con cesáreas
- ♥ Que trabajan o van a la escuela

Llame a su departamento de salud local si tiene preguntas sobre amamantar.

